

令和四年度 筍御膳

お品書き

- ・ 筍ご飯
- ・ 味噌汁
- ・ 鱸の木の芽焼き
- ・ そら豆の炒めもの
- ・ 春キャベツの海苔和え
- ・ フルーツ



特別養護老人ホーム
いわね潮の香園
令和四年四月六日

2022年5月 献立表

		5/1(日)						
朝食		米飯 味噌汁(大根、豆苗) 五目煮 オクラのゆかり和え ふりかけ 牛乳						
昼食(定食)		米飯 すまし汁(かまぼこ、葉大根) さばのネギ塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 土佐酢和え フルーツ(マンゴー)						
夕食		米飯 味噌汁(いんげん、えのき) 豚肉の治部煮 スナッPEndウのサラダ 漬物						
		5/2(月)	5/3(火)	5/4(水)	5/5(木)	5/6(金)	5/7(土)	5/8(日)
朝食		米飯 味噌汁(菜の花、人参) スクランブルエッグ ブロッコリーサラダ ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(麩、葉大根) 肉詰めいなり煮 ほうれん草のポン酢和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(エリンギ、水菜) 卯の花 小松菜のわさび和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(にら、舞茸) 竹輪の煮物 キャベツサラダ ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋・アスパラ) さんまの甘露煮 白菜のお浸し ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(なめこ、水菜) 納豆 田舎煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜、玉ねぎ) ミートボール 小松菜の青じそ和え のり佃煮 ジョア
昼食(定食)		米飯 すまし汁(なると、かいわれ) 鶏肉の甘辛焼き さつま芋のレモン煮 ぬた和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(豆腐、豆腐) さわらの柚子粕漬焼き アスパラソテー もやしの錦糸和え 黒胡麻プリン	山菜そば 海老団子の中華煮 スナッPEndウの醤油マヨ和え ピーゼリー	五目御飯 あさりの味噌汁 カレイの竜田揚げ 筑前煮 もずく酢 ダブルベリーケーキ	米飯 中華風コンソープ かに玉 春巻き ナムル フルーツ(カクテル缶)	米飯 味噌汁(油揚げ、かいわれ) ポークケチャップ ほうれん草のスープ さつまいもサラダ フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁(はんぺん、青ネギ) 鶏肉のピザソース焼き ピーマンとしらたき炒めもの マリネサラダ フルーツ(洋梨缶)
夕食		米飯 味噌汁(まいたけ、三つ葉) 白身魚のコンマヨ焼き ごぼうのしぐれ煮 漬物	米飯 味噌汁(なめこ、玉ねぎ) 豚肉と野菜のスタミナ炒め 山芋のみょうが和え 昆布佃煮	米飯 味噌汁(かぶ、青ネギ) ヒラスのみぞれ煮 春雨のソテー 漬物	米飯 すまし汁(三つ葉、あおさ) 肉じゃが 春菊の生姜和え 煮豆	米飯 味噌汁(絹さや、しめじ) 豆腐ハンバーグの野菜あんかけ 大根の梅おかか和え 漬物	米飯 すまし汁(花魁、青ネギ) 干草焼き 青梗菜の和え物 あみ佃煮	米飯 味噌汁(かぶ、葉大根) タラのさらさ蒸し れんこんの明太マヨ和え 漬物
		5/9(月)	5/10(火)	5/11(水)	5/12(木)	5/13(金)	5/14(土)	5/15(日)
朝食		米飯 味噌汁(里芋、わかめ) 華麩の煮物 インゲンのシーフードサラダ 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁(しめじ、豆苗) がんものあんかけ オクラの塩昆布和え ふりかけ ジョア	米飯 味噌汁(舞茸、葉大根) 野菜炒め フレンチサラダ ふりかけ 牛乳	食パン コンソープ オムレツ スナッPEndウとハムのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも、にら) 納豆 さつま揚げの煮物 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ、葉大根) わかめとひじきの海鮮ステーキ もやしの和え物 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(エリンギ、玉葱) 温泉卵 キャベツの粒マスタード炒め ジョア
昼食(定食)		米飯 オニオンスープ 白身魚のバター醤油焼き 南瓜のチーズ焼き マカロニサラダ フルーツ(パイ缶)	米飯 味噌汁(はんぺん、長ねぎ) 親子煮 筍の土佐煮 カリフラワーのサラダ いちごゼリー	米飯 すまし汁(かまぼこ、キヌサヤ) さば香味焼 ふきの味噌きんぴら 切干大根とわかめの生姜和え フルーツ(オレンジ)	ホークカレーライス インゲンのツナ炒め 大根サラダ ジョア	えびピラフ コッパブ(鮭、コーン) イカボールのトマト煮 じゃこのサラダ フルーツ(みかん缶)	米飯 中華スープ(青梗菜、コーン) 麻婆豆腐 しゅうまい 春雨のサラダ フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(エリンギ、玉ねぎ) 鮭のクリームソース アスパラバター醤油炒め 菜の花とこの柚子和え フルーツ(黄桃缶)
昼食(洋食)		米飯 オニオンスープ 豚肉の胡麻味噌炒め 南瓜のチーズ焼き マカロニサラダ フルーツ(パイ缶)	米飯 味噌汁(はんぺん、長ねぎ) メバルの山椒焼き 筍の土佐煮 カリフラワーのサラダ いちごゼリー	米飯 すまし汁(かまぼこ、キヌサヤ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き ふきの味噌きんぴら 切干大根とわかめの生姜和え フルーツ(オレンジ)				
夕食		米飯 すまし汁(茄子、水菜) 豚肉の胡麻味噌炒め 山菜の煮物 煮豆	米飯 味噌汁(にら、麩) メバルの山椒焼き 菜の花のピーナツ和え 漬物	米飯 味噌汁(豆腐、かいわれ) 鶏肉の柚子胡椒照り焼き ザーサイナムル 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、絹さや) さわらのにんにく塩麹焼き 山芋とオクラの和えもの 漬物	米飯 すまし汁(なると、青ネギ) カレイの煮付け 白菜の和風サラダ 鶏レバー	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) 赤魚のみりん漬焼き ブロッコリーソテー 漬物	米飯 味噌汁(麩、三つ葉) 鶏肉の胡麻漬焼き 里芋といちい煮物 漬物
		5/16(月)	5/17(火)	5/18(水)	5/19(木)	5/20(金)	5/21(土)	5/22(日)
朝食		米飯 味噌汁(舞茸、にら) 焼きさつま揚げ オクラの辛子マヨ和え のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃがいも、インゲン) はんぺんの煮物 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(もやし、絹さや) さんまの蒲焼 ブロッコリーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(えのき、麩) 納豆 いわしつみれの煮物 ジョア	米飯 味噌汁(里芋、にら) 厚揚げの煮物 菜の花のツナ和え うめびしお 牛乳	米飯 味噌汁(しいたけ、玉ねぎ) ポイルウイナー カリフラワーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜、青ネギ) 花五目卵焼き スナッPEndウのサラダ ふりかけ ジョア
昼食(定食)		米飯 中華スープ(青梗菜・青ネギ) 牛肉のブルコギ風 かぼちゃの煮物 春菊のしらす和え フルーツ(りんご缶)	米飯 すまし汁(あさり・豆苗) 白身魚の西京漬焼 マカロニのカレー炒め とろろ芋 フルーツ(カクテル缶)	米飯 味噌汁(さつま芋、葉大根) 豚肉生姜焼 フキと湯葉の含め煮 そら豆ビーンズサラダ フルーツ(白桃缶)	米飯 すまし汁(あおさ、茗荷) 鶏肉の唐揚げ しらたきのたらこ炒め オクラの和え物 フルーツ(キウイ)	米飯 味噌汁(南瓜、豆苗) きのこのソテー ひじきの白和え フルーツ(バナナ)	米飯 味噌汁(豆腐、油揚げ) タンドリーチキン ほうれん草とベーコンの Pasta もやしのカニカマ和え コーヒゼリー	米飯 味噌汁(白菜、青ネギ) カレーのバター醤油焼き さつま芋の甘煮 茄子の生姜漬 フルーツ(洋梨缶)
夕食		米飯 すまし汁(花魁、水菜) メバルのマーメイド焼き 茄子の玉子とじ 漬物	米飯 すまし汁(わかめ、三つ葉) 豚肉と大根の煮物 小松菜のわさび和え 佃煮	米飯 味噌汁(エリンギ、かいわれ) 豆腐とえびの中華炒め 青梗菜のポン酢和え 漬物	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、人参) タラのムニエル スナッPEndウサラダ 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) さばの塩焼き 冬瓜の煮付け 煮豆	米飯 すまし汁(なると、絹さや) 赤魚の味噌焼き めかぶ 漬物	米飯 味噌汁(筍、葉大根) 鶏肉みぞれ煮 春菊の胡麻和え 昆布佃煮
		5/23(月)	5/24(火)	5/25(水)	5/26(木)	5/27(金)	5/28(土)	5/29(日)
朝食		米飯 味噌汁(油揚げ、豆苗) 竹輪の煮物 いんげんのおかか和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁(にら、なめこ) かんぱちハンバーグ ブロッコリーのゆかり和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつま芋、玉ねぎ) 高野豆腐の含め煮 大根の生姜塩和え ふりかけ ジョア	食パン パンキンスープ ミートボール キャベツサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(葉大根、舞茸) 納豆 豆腐つみれと野菜の煮物 牛乳	米飯 味噌汁(しいたけ、玉ねぎ) ポイルウイナー カリフラワーサラダ ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜、青ネギ) 鶏つくねの煮物 梅サラダ たいみそ ジョア
昼食(定食)		塩ラーメン ぎょうざ アスパラのなめたけ和え フルーツヨーグルト	米飯 味噌汁(鮭、ほうれん草) 鶏肉のピリ辛西京焼き ビーフソテー 青梗菜のナムル メロンゼリー	米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) 鶏肉のピリ辛西京焼き ビーフソテー 青梗菜のナムル メロンゼリー	米飯 味噌汁(とろろ昆布、茗荷) 豚肉の塩ダレ炒め 里芋の山椒煮 カリフラワーのサラダ キャラメルプリン	米飯 すまし汁(湯葉、オクラ) アジの磯辺揚げ いんげんとセロリの塩炒め 白菜の和風和え フルーツ(パイ缶)	米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) 豚肉のすき焼き風煮 じゃがいものバター炒め アスパラとチーズのサラダ フルーツ(黄桃缶)	米飯 味噌汁(絹さや、なめこ) カレイのカレー粉焼き かぼちゃ煮物 白菜の磯わさび和え フルーツ(キウイ)
昼食(洋食)				米飯 味噌汁(麩、ほうれん草) メバルの胡麻漬焼き ビーフソテー 青梗菜のナムル メロンゼリー	米飯 味噌汁(とろろ昆布、茗荷) さわらの煮付け 里芋の山椒煮 カリフラワーのサラダ キャラメルプリン	米飯 すまし汁(湯葉、オクラ) 鶏肉のトマト煮 いんげんとセロリの塩炒め 白菜の和風和え フルーツ(パイ缶)	米飯 味噌汁(もやし、かいわれ) 白身魚の味噌マヨ焼き じゃがいものバター炒め アスパラとチーズのサラダ フルーツ(黄桃缶)	
夕食		米飯 味噌汁(オクラ、玉ねぎ) プリの照り焼き 小松菜の梅昆布和え 漬物	米飯 コンソメスープ(人参、コーン) 鶏肉のチリソースかけ きのこの高菜炒め 漬物	米飯 すまし汁(エリンギ、青ネギ) メバルの胡麻漬焼き かぶのそぼろあんかけ 佃煮	米飯 すまし汁(豆腐、あさり) さわらの煮付け 春雨の酢の物 漬物	米飯 すまし汁(花魁、青ねぎ) 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ 漬物	米飯 すまし汁(はんぺん、水菜) 白身魚の味噌マヨ焼き 小松菜の炒め物 漬物	米飯 中華スープ(なると、青ネギ) 中華風炒り卵 大根の漬付け 煮豆
		5/30(月)	5/31(火)	<p>デイサービスについては第2週と第4週(12日・13日・23日・24日)をく)の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっております。</p>				
朝食	米飯 味噌汁(まいたけ、豆苗) 肉詰めいなり煮 オクラおろし うめびしお 牛乳	米飯 味噌汁(キャベツ、人参) 納豆 青梗菜の煮浸し ヨーグルト						
昼食(定食)	米飯 すまし汁(竹の子・わかめ) 赤魚の照り焼き ブロッコリーとイカのバター炒め 小松菜のカニカマ和え フルーツ(白桃缶)	米飯 味噌汁(さつま芋・葉大根) 鶏肉の胡麻焼き 蓮根のんにく炒め ビーンズサラダ ピーチムース						
夕食	米飯 味噌汁(じゃがいも、三つ葉) 豚肉ともやしのとろみ炒め 中華和え 漬物	米飯 すまし汁(とろろ昆布、青ネギ) ぎせい豆腐 山菜の煮物 昆布佃煮						